

## 第七课 课文冰糖、川贝、梨

青青的阿姨是一位中医针灸师。她的诊所很有名气。

青青的妈妈以前睡眠不好，容易伤风、感冒、头痛和拉肚子。阿姨说她的心脏功能有点弱，肠胃有寒气，肝和肾都需要调理。阿姨用草药和针灸帮妈妈调养身体，让她的气血流通、增强免疫力。后来，妈妈就很少生病了。阿姨说，平日要养成良好的生活习惯：饮食要适当；睡眠要充足。每天至少要运动一小时。

有一次，青青感冒了，一直咳个不停，很不舒服。阿姨教她每天晚上，把川贝粉、梨和冰糖放在碗里蒸熟了吃。青青只吃了四次就好了。这比止咳药水好多了，既好吃又没有副作用。

川贝：fritillary  
名气：repute  
功能：function

冰糖：rock sugar  
伤风：to catch cold  
草药：herbal medicine

中医：traditional Chinese medical science  
头痛：headache  
良好的：very good  
拉肚子：diarrhea  
习惯：habit

姨 针 诊 眠 弱 寒 调 增 疫 至 饮 适

又有一次，青青的爸爸打篮球，不小心和另一个球员相撞，两人手臂的关节都受了伤。爸爸经过针刺和推拿，很快就复原了；而那个人的手臂很久都抬不起来！

青青问：“中医比西医好吗？”

阿姨说：“不一定！十六世纪以来，西方的生物、化学、物理、电子等科学技术很发达，所以西医在诊断和治疗方面都很先进。1973年以后，中国的医术和医药在美国才渐渐风行，现在越来越多的病人开始看中医了。”



充足：sufficient

内科：internal medicine

西医：a doctor trained in Western medicine

物理学：physics

关节：joint

开刀：to perform or have a surgery

电子学：electronics

推拿：a form of Chinese massage

生物学：biology

先进：advanced

化学：chemistry

咳 舒 蒸 梨 熟 副 撞 臂 刺 复 疗